TECHNIQUE FOR DEVELOPING PSYCHIC ABILITIES

Eugen Casland

Information from the external world reaches us through the senses. However, this is very limited. Hearing someone depends on the conditions surrounding them. Seeing is the same. In various communities, we can exchange ideas with people through words. In this respect, our thoughts are often betrayed, whether voluntarily or not. However, our senses can expand to some extent. Instruments such as microscopes, telescopes, telephones, and faxes partially relieve our senses of their inadequacies.

On the other hand, science tells us, in a nutshell, that countless

PSİŞİK YETENEKLERİ GELİŞTİRME TEKNİĞİ

Eugen Casland

DIŞ âlemden gelen bilgiler bize duyular kanalı ile gelir. Fakat bu çok sınırlıdır. Bir kimseyi işitebilmemiz, onun etrafında mevcut olan şartlarla mümkündür. Görmek de böyledir. Çeşitli topluluklarda kelimeler vasıtasıyla insanlarla fikir alışverişinde bulunabiliriz. Bu bakımdan çoğunlukla düşüncelerimiz irademize bağlı olarak ve olmayarak ihanete uğrarlar. Bununla birlikte, bazı ölçüler dahilinde duyularımız genişlik kazanabiliyor. Mikroskop, teleskop, telefon, faks gibi aletler duyularımızın içinde bulundukları yetersizlikten kısmen kurtarmaktadır.

Öte yandan bilim, sayısız titreşimlerin mevcut olduğunu

vibrations exist. The sounds we hear have a frequency of 32-33,000 hertz. Our eyes also operate between 450 trillion red and 750 trillion violet light rays. Imagination lies somewhere between heat and electrical vibrations. This is why its physical effects are rarely perceived. Undoubtedly, there are many shortcomings in science.

bize şöyle böyle anlatmaktadır. İşittiğimiz seslerin frekansı 32 - 33.000 hertz frekanslı seslerdir. Gözümüz de 450 trilyon kırmızı ışık ile 750 trilyon mor ışık arasında hareket eder. İmajinasyon ısı ile elektrik titreşimleri arasında bir yere sahiptir. Bu yüzden onun fizik tesirleri pek fark edilmiyor. Şüphesiz ki bilimde birçok eksiklikler mevcuttur.

These shortcomings are not related to the actual vibrations permeating the universe. The slow progress of science prevents us from understanding the subtle worlds unknown to us. To expand our research, we must sufficiently refine our current perceptions. We must acquire new sensations. We must expand the field of consciousness. This issue is demonstrated in mediumistic phenomena such as clairvoyance, telepathy, telekinesis, and hypnotism, assuming the existence of paranormal events described, whether written in the past or present.

Bu eksiklikler, kâinata yayılmış gerçek titreşimlerle ilgili değildir. Bilimin ağır ilerleyişi, bizim için bilinmez olan seyyal dünyaları tanımamıza bir engel teşkil etmektedir. Araştırmalarımızı genişletmek için şu andaki algılarımızı yeteri derecede temizlemeliyiz. Yeni duyumlar kazanmalıyız. Şuur sahasını genişletmeliyiz. Bu mesele, eski veya şimdi yazılmış olsun, anlatılan normalüstü olayların varlığı kabul edilirse, durugörü, telepati, telekinezi, ipnotizma gibi medyomsal olaylarda ortaya konmuştur.

For some reason, these phenomena have not received much recognition from academic science. Consequently, they have not been incorporated into formal learning. They have not been fully studied by scholars. This stems from two reasons: 1. Observations of these phenomena have emerged as chaotic and disruptive, stemming from a spontaneity (and variability) that has never been controlled. 2. Finally, it is also known that professional mediums, driven by greed and fame-seeking rather than scientific pursuits, have presented certain false faculties. These misconceptions are generally based on preconceived notions about psychism. If we wish to shed light on the value of psychic phenomena, we must set aside all religious and philosophical prejudices and examine them positively, using new scientific methods. Science requires at least the following processes:

Nedense, bu olaylar akademik bilim tarafından pek itibar görmemiştir. Bu yüzden de resmî öğrenime dahil olmamıştır. Bilginler tarafından bütünüyle incelenmemiştir. Bu, iki sebepten ileri gelir: 1. Bu olaylar üzerinde yapılan gözlemler, karmakarışık ve bozucu karakterde ortaya çıkmış, bir türlü hüküm altına alınamayan bir kendiliğindenliğin (ve değişkenliğin) bulunmasından ileri gelmiştir. 2. Nihayet profesyonel medyomların bilimsel olmaktan ziyade kazanç hırsı ve şöhret budalalığı yaparak birtakım sahte melekeleri ortaya koydukları da bilinmektedir. Bu yanlış düşünceler, genellikle psişizm hakkında insanların kabul ettikleri peşin fikirler üzerine dayanır. Psişik olayların değeri hakkında bir aydınlığa kavuşmak istenirse, bütün dinsel ve felsefe ile ilgili her şeyi bir tarafa itmek ve olumlu bir tarzda yeni bilimsel usullerle incelemek gerekir. Bilim en azından aşağıdaki süreçleri gerektirir:

1. Observation, the bringing to light of events. 2. Experience, the occurrence of the same events under different conditions that allow for examination from all aspects.

1. Gözlem, olayların aydınlığa çıkarılması. 2. Tecrübe, yani her yönü ile incelenmeye izin veren değişik şartlar içindeki aynı olayların meydana çıkması.

3. Availability of measuring instruments.

3. Ölçü vasıtalarının mevcut olması.

4. The emergence of laws that can be implemented by everyone. 5. It is necessary to establish and present to the public productive hypotheses that not only explain events but also make new events visible.

4. Herkesçe gerçekleştirilebilecek olan kanunların ortaya çıkması. 5. Sadece olayları açıklamaya yarayan değil, aynı zamanda yeni olayları da görünür hâle getiren verimli hipotezler kurup, halka sunmak gerekir.

IMAGINATION

İMAJİNASYON

To fulfill these various conditions, it is necessary to first learn to analyze psychic phenomena. Such studies existed before. For example, psychic events caused by primitive

Bu çeşitli şartları yerine getirebilmek için önce psişik olayları incelemeyi öğrenmek gerekir. Bu incelemeler daha önce vardı. Örneğin, ilkel duygu tarafından meydana getirilen

emotions, a barely audible sound, or a very faint light were studied by a science called psychophysics. We owe certain psychic laws to this science. In particular, it brought together the subject of stimulating sensations and clarified the workings of memory. In short, it seriously investigated and explained a number of psychic problems.

psişik olaylar, güçlükle işitilen bir ses, çok zayıf bir ışık, psikofizik ismi verilen bir ilim tarafından inceleniyordu. Bir kısım psişik kanunları bu bilime borçluyuz. Özellikle uyartıcı duyular konusunu toparladı ve hafızanın çalışış şeklini açıklığa kavuşturdu. Kısaca bir kısım psişik problemleri ciddî bir şekilde araştırdı ve açıkladı.

We are currently examining only the subject of imagination within this science. The importance of imagination stems from the fact that it contains higher spiritual abilities in seed form. By relying on one of the principles of imagination, we can find a method that everyone can use for clairvoyance, visions of the past and future, and a gradual understanding of the unseen world (spatiom). There are some psychic abilities that can be acquired very quickly, without any magnetic or hypnotic effect —that is, without putting the subject to sleep or eliminating normal consciousness—that show their first manifestations immediately and develop

Şimdi biz bu bilimden sadece imajinasyon konusunu inceliyoruz. İmajinasyonun önemi, yüksek ruhsal yetenekleri tohum hâlinde içermesinden ileri geliyor. İmajinasyon prensiplerinin birisi üzerine dayandığımız vakit, durugörü, geçmiş ve geleceğe ait vizyonlar, görülmeyen âlemin (spatyom) derece derece anlaşılması için her insanın kullanabileceği bir metot bulmamız mümkündür. Manyetik, ipnotik bir etki olmadan yani süjeyi uyutmadan, normal şuuru ortadan kaldırmadan çok kısa zamanda elde edilen bazı psişik yetenekler vardır ki, ilk tezahürlerini hemen gösterirler ve derece derece gelişirler. Bunun nasıl mümkün

gradually. To understand how this is possible, we need to examine the phenomenon of imagination.

olduğunu anlamak için, imajinasyon olayını incelememiz gerekmektedir.

WHAT IS IMAGE?

İMAJ NEDİR?

Imagination can be described as the internal understanding of images. So, what is an "image"? An image is an impression created by a thing (object) or a collection of things (objects), or a scene with unified or unified qualities. In other words, it is a memory of a complementary sense group. The word "image" is generally applied to the sense of sight, as if it were its own. However, it is essential to consider images for the other senses as well. This can include images of taste, touch, smell, and hearing.

İmajinasyon, imajların içsel olarak anlaşılması tarzında ifade edilebilir. O hâlde ‘imaj’ nedir? İmaj gerek bir şey (obje) veya şeyler (objeler) topluluğu, gerekse birleşik yahut birleşik olmayan niteliklere sahip bir sahne tarafından meydana getirilmiş bir izlenimdir. Diğer bir deyişle bu tamamlayıcı bir duyu grubu hatırasıdır. Genel olarak imaj kelimesi görme duyusuna tatbik edilir. Sanki ona aitmiş gibidir. Ama, diğer duyular için de imajları göz önüne almak şarttır. Yani tat, dokunma, koku, işitme imajları da olabilir.

We generally believe that images can pass through our brains without leaving any visible trace. The contrary has not yet been demonstrated. We cannot conjure even the simplest images (e.g., the letter 'O') without making a movement ourselves. This means that all inner visions and visions are accompanied by a radiating energy. The result is a subtle radiating vibration. In their book Thought Forms, Annie Besant and Leadbater discuss inner visions.

Genel olarak imajların dışardan görülebilir hiçbir iz bırakmadan beynimizin içinden geçebileceklerine inanıyoruz. Bunun aksi daha gösterilmemiştir. Biz en kolay imajları bile (meselâ ‘O’ harfini) kendi kendimize bir harekette bulunmadan canlandıramayız. Bu, şu demektir: Bütün içsel vizyonlara ve rüyetlere bir enerji yayını eşlik eder. Ve sonuç, titreşim tarzında belirsiz bir yayılışla kendini gösterir. Düşünce Şekilleri isimli kitabında Annie Besant ve Leadbater içsel vizyonlardan

They explain that every thought is projected into space by a kind of colored fluid cluster, invisible to our physical eyes but visible to clairvoyants. When this cluster is not distinct and clear, the thought presents an indistinct form. Otherwise, it is clearly distinct. Furthermore, nuances, luminous states, and a coloration related to clarity, depending on the type of emission accompanying the thought, are also manifested. This fluid cluster can be

bahsederek her düşünceye ait, fizikî gözlerimizle göremediğimiz fakat durugörürler tarafından görülebilen bir tür renkli akışkan kümenin uzay içine fırlatıldığını anlatırlar. Bu küme, belirgin ve açık olmadığı zaman düşünce belirsiz bir şekil arz eder. Aksi hâlde açık seçik bir durumdadır. Bundan başka düşünceye eşlik eden yayının cinsine bağlı nüanslar ışıklı durumlar ve BERRAKLIKLA İLGİLİ bir

projected in a specific direction and reach a specific person. Or, it can spread through space without any specific purpose, eventually merging with another cluster related to it.

renklenme de tezahür eder. Bu akışkan yumak belli bir yöne fırlatılabilir. Ve belli bir kimseye ulaşabilir. Ya da belirli bir amacı olmadan uzay içinde yayılır. Ve sonunda kendisi ile ilgili bulunan diğer bir yumakla birleşir.

Every person has an aura. It has many light lines and colors. The inner circle of the aura is connected to the way our minds work and is under its influence. When we are in a calm state of mind, the aura is thin and weak. Otherwise, when our soul is filled with intense vibrations, the same aura forms fluid cocoons that move rapidly in a vortex, projecting far and wide. These cocoons are never lost to those who emit them. And they can always be present as an impression at any moment in life. Thus, the projected images have an indefinite spread. And because of this phenomenon, they reach every being, whether they find a recipient or not...

Her şahsın bir aurası vardır. Birçok ışık çizgisi ve renklere sahiptir. Auranın iç çevresi, düşüncenin çalışma şekli ile bağlantılıdır. Ve onun tesiri altındadır. Aura, sakin bir ruh hâli içinde bulunduğumuz zaman ince ve zayıftır. Aksi hâlde aynı aura, ruhumuz şiddetli titreşimlerle dolu bulunduğu zaman girdap tarzında hızla hareket eden, uzağa fırlatılmış akışkan yumaklar meydana getirir. Bu yumaklar, onları yayan kimselerce hiçbir zaman bir kayıp değildir. Ve onlar her zaman hayatın herhangi bir anında bir izlenim hâlinde bulunabilir. Böylece yansıtılan imajlar, belirsiz bir yayılmaya sahiptir. Ve bu hadiseden dolayı her varlığa ulaşırlar. Bir alıcı bulsun veya bulmasın...

However, if the vibrational state matches the vibrations of the image, it can be barely perceptible. Such a state can occur during conversations and work. Such phenomena are explained under the names telepathy and idea transmission. The studies of many experimenters have shown us that:

Fakat titreşim durumu imajın titreşimleriyle uyuşuyorsa zar zor anlaşılabilir. Böyle bir durum sohbetler ve iş sırasında ortaya çıkabilir. Bu türlü olaylar telepati ve fikir iletimleri ismi altında izah edilir. Birçok deneycilerin çalışmaları bize şunu göstermiştir:

Consequently, all images projected from us or arriving at us produce a current that transmits images at an indeterminate speed. The existence of waves that propagate immediately after the image takes shape has been detected. Sensitive individuals perceive the emission of a luminous cluster or a fluid current. Observers have also demonstrated that, under certain conditions, a relationship exists between a person who creates a thought form (form panse) and another, stranger, located at a distance. We can express this as follows: Images, which are the cause and effect of the current

Sonuç olarak bizden dışarıya fırlatılan veya bize gelen bütün imajlar belirsiz bir hız içinde imaj nakleden bir akım üretirler. İmajın şekil bulmasından hemen sonra yayılan dalgaların varlığı tespit edilmiştir. Hassas kimseler ışıklı bir küme yahut akışkan bir akımın yayıldığını fark ederler. Gözlemciler, bazı şartlar altında, düşünce şekli (form panse) yaratan bir kimse ile uzakta bulunan yabancı diğer bir kimsenin arasında bir ilişkinin bulunduğunu da ortaya koymuşlardır. Bunu şu şekilde ifade edebiliriz: Akımın sebep ve neticesi olan imajlar (yani bazı psikomanyetik imajlar) olaya uygun düzenlemelerle bu

(i.e., certain psychomagnetic images), allow us to manipulate and utilize these currents through appropriate arrangements, and to induce supernormal psychic events.

akımları idare etmeye, kullanmaya ve normalüstü psişik olayları uyarmaya imkân tanırlar.

We know that the brain functions like a receiver and transmitter. Therefore, spontaneous images do not originate from memory. It is true that our internal perception is shaped by our memories. However, these may very well arise from external stimulation, from visible or invisible, known or unknown causes, and be the result of impressions generated under partially unknown circumstances. The brain can exist in a closed circuit, surrounded by electrical current, or operate as an open circuit.

Biliyoruz ki beyin, alıcı verici telsiz cihazı gibi çalışır. Bu bakımdan kendiliğinden imajlar, hafızadan gelmez. Bizim iç algılamamızın, hatıralarımızla şekil bulduğu doğrudur. Fakat bunlar pekâlâ dış ortamın tahriki ile meydana çıkmış, görülen veya görülmeyen, bilinen veya bilinmeyen sebeplerden ileri gelmiş, kısmen meçhul şartlar içinde yerine getirilen izlenimlerin sonucu olabilir. Beyin kapalı bir devrede elektriksel bir akım içinde bulunabileceği gibi, açık bir devre olarak da çalışabilir.

This point is very important because it makes supernormal abilities possible.

Bu nokta çok önemlidir. Zira normalüstü melekelerin mümkün oluşunu bu nokta sağlar.

Certain stimuli or types of energy, in the form of

Bazı uyaranlar veya enerji türleri, uygun şiddet ve zıtlıklar

appropriate intensity and contrast, activate our sensory consciousness. Once experienced, this sensation never completely disappears. Sensations can reappear under certain conditions, without the intervention of other stimuli. However, they may be in a weakened state. We call this remembering. Even an object, a being, a particular scene, or an emotional accumulation are part of the same "rebirth" process.

şeklinde, bizzat kendimizdeki duyumsal şuur hâlimizi harekete geçirirler. Bu duyum, bir defa hissedildikten sonra hiçbir zaman tamamen silinmez. Duyumlar, bazı şartlar dahilinde araya başka uyaranlar karışmadan tekrar ortaya çıkabilirler. Ama zayıf durumda bulunabilirler. Buna hatırlama diyoruz. Bir eşya, bir varlık, belli bir sahne, bir duygusal yığılma dahi aynı ‘yeniden doğuş’ sürecine dahildir.

The preparation for "accumulation" creates a clear and distinct image. All of these senses, their totality, become fixed within us. Thus, a kind of aggregation, which we call the subconscious, occurs. However, our impressions combine with the impressions of others to some extent. This also implies that among the memories in our subconscious, there are images residing in the subconscious of another person. These images combine with each other (according to the law of connection). They create certain governing links that allow the

‘Yığılma’ hazırlığı açık ve seçik bir imajı meydana getirir. Bu duyularımızın hepsi, toplamı bizde sabitleşir. Ve böylece şuuraltı ismini verdiğimiz bir nevi toplanma meydana gelir. Fakat izlenimlerimiz bazı ölçüler dahilinde diğer kimselerin izlenimleri ile birleşir. Bundan da şuuraltımızda bulunan hatıralarımız arasında, başka bir şahsiyetin şuuraltında bulunan imajların var olduğu sonucu çıkar. Bu imajlar kendi aralarında (alâka kanununa göre) birleşirler. Ve rastgele başka kimselerin şuuraltında, imajları çekip almaya izin veren birtakım

images to be drawn from the subconscious of random others; therefore, this image store is not tightly closed. If we easily enter an image of ourselves, we can sometimes close the door to exchange and delve into the image store of another person next to us. Then, we gradually increase this immersion and finally succeed in visiting the subconscious that draws us. (Being immersed in our own image means concentrating on a scene that has come to life in our mind.) This concentration means we prevent (random) image flows from outside. By activating the image we're concentrating on (for example, by reviving a still scene), we transfer the image of the person we want to connect with into our own image scene. This is done through suggestion. (For example, you create a scene; your suggestion is an image created by the medium. In this case, when we want to establish a connection, we want the medium to see that person's image in that room. From there, the medium communicates with the actual entity.)

yönetici bağlar meydana getirirler; o hâlde bu imaj deposu sıkı sıkıya kapalı değildir. Şayet kendimize ait olan bir imajın içine kolayca girersek, bazı hâllerde alışveriş kapısını kapatabilir ve yanımızdaki başka bir kimsenin imaj deposuna dalabiliriz. Sonra bu dalma işini gitgide arttırır ve nihayet bizi çeken şuuraltını ziyarete muvaffak oluruz. (Kendi imajımıza dalabilmemiz, bizim zihnimizde canlanan bir sahneye konsantre olmamız demektir.) Bu konsantrasyon ile biz, dışardan gelecek (rastgele) imaj akımlarını önlüyoruz demektir. Konsantre olduğumuz imajı faal hâle geçirip (meselâ donuk bir sahneyi canlandırmak), ilgi kurmak istediğimiz kimsenin imajını kendi imaj sahnemize aktarırız. Bu, telkin ile olur. (Meselâ, bir sahne yaratıyorsun, telkini; bu, medyoma yarattırılan bir imajdır. Bu durumda bir irtibat kurmak istediğimiz zaman, medyomun, o şahsın imajını o odada görmesini isteriz. Buradan da medyom asıl varlıkla irtibata geçer.)

Even if the receiver and transmitter are processing more,

Alıcı ve verici fazla işlemekte ise de iki ayrı imaj sınıfını belirtmek

two separate image classes should be noted:

gerekir:

A) Published images

A) Yayımlanan imajlar

B) Images taken

B) Alınan imajlar

There are two types of imagination, which is a psychic event that has become specific through combinations of images:

İmaj kombinasyonları ile belirli bir hâle gelmiş bulunan ve psişik bir olay olan imajinasyonda iki tür vardır:

1) Active imagination

1) Aktif imajinasyon

2) Passive imagination

2) Pasif imajinasyon

ACTIVE IMAGINATION

AKTİF İMAJİNASYON

It is a faculty that willingly manifests internal designs (mental imaginations) and combines them for a purpose.

İç tasarımları (zihnî tasavvurları) istekle görünür hâle getiren ve bir amaca göre birleştiren bir melekedir. Bunlar roman, hikâye

These play a role in the creation of novels, stories, and plays. It is present in every phase of life. Understanding the phenomena of imagination is an indispensable resource for creativity and the evolution of the soul. It is the basis of reasoning, ideas, and a multitude of mental events. If we know and can apply their laws, we can heal our patients, transform our existence, and fulfill our destiny without the use of physicians or medicine. Active imagination encompasses the entire world.

ve piyesleri yaratmakta rol oynarlar. Hayatın her safhasında mevcuttur. İmajinasyon olaylarının anlaşılması, yaratıcılık ve ‘ruh’un tekâmülünde vazgeçilmez bir kaynaktır. Akıl yürütmenin, fikirlerin ve bir yığın zihinsel olayların temelidir. Eğer onların kanunlarını biliyor ve de tatbik edebiliyorsak, hekim ve ilâç kullanmadan hastalarımızı iyi eder, varlığımızı değiştirir ve kaderimizi gerçekleştirebiliriz. Aktif imajinasyon bütün dünyayı kapsar.

PASSIVE IMAGINATION

PASİF İMAJİNASYON

This topic constitutes another realm, and it is with this that we will be occupied. Passive imagination can enable the emergence of supernormal abilities by utilizing certain elements of imagination. Passive imagination is the spontaneous generation of images. It can first occur spontaneously through natural connections (image

Bu konu, diğer bir âlemi teşkil eder ki, biz bununla meşgul olacağız. Pasif imajinasyon, imajinasyonun bazı elemanlarını kullanmak suretiyle normalüstü yeteneklerin ortaya çıkmasını sağlayabilir. Pasif imajinasyon, imajların kendiliğinden meydana gelmesidir. Önce doğal bağlar ile kendiliğinden meydana gelebilir (imaj çağrışımı). Çünki her imaj,

association). This is because every image tends to visualize other images related to it in time and space. For example, even without any voluntary effort, a lawn in a garden evokes the idea of a bench nearby. Thus, images evoke those that are close to each other. They are grouped by intensity and connections. And if no objective event intervenes, they form more or less interrelated scenes encompassing the entire field of consciousness. This state is like a dream, whose fundamental principle is a game of passive imagination.

kendisi ile zaman ve mekân içinde ilgili olan diğer birtakım imajları görünür hâle getirmek eğilimindedir. Meselâ hiçbir iradî çaba gösterilmese, bahçedeki çimenlik, yan tarafta bir bank olduğu fikrini uyandırır. Böylece, imajlar birbirine yakın olanları uyandırır. Şiddet ve bağlantılar sebebiyle gruplanırlar. Ve eğer hiçbir objektif olay girmez ise, bütün şuur sahasını kucaklayan, birbiriyle az çok ilgili sahneleri oluştururlar. Bu durum, asıl prensibi pasif bir imajinasyon oyunu olan rüya gibidir.

Another reason for the spontaneous generation of images is through telepathy. In certain psychic circumstances, an image emanates from a stranger who influences us. At that moment, that image merges with our own images, creating a spontaneous bond between the two subconscious minds. This is how some love affairs, premonitions, perception of the environment, clairvoyance, idea transmissions, and other paranormal phenomena occur. With this preliminary information, we can understand the principle that allows for the

İmajların kendiliğinden meydana gelmesinin başka bir sebebi, telepati yoluyladır. Bazı psişik şartlarda imaj, bize tesir eden yabancı bir kimseden yayılır. O anda o imaj, kendi imajlarımızla karışır. Ve iki şuuraltı arasında kendiliğinden bir bağ yaratır. Bu sebeple bazı aşklar, önseziler, çevrenin idraki, durugörü, fikir aktarımları ve diğer normalüstü olaylar ortaya çıkmaktadır. Bu ilk bilgilerle, normalüstü yeteneğin gelişmesine izin veren prensibi anlayabiliriz:

development of paranormal abilities:

1. Thought must be calm. It must inhibit the activity of active imagination, which can abstract the image. In other words, active imagination constantly processes an image, transforming it into various forms. However, by abstracting the image, we can keep it fixed, motionless, and unchanged. No influence that would disrupt the image can reach it.

1. Düşünce sakin olmalıdır. İmajı soyutlayabilecek tarzda aktif imajinasyonun faaliyetine engel olmalıdır. Yani aktif imajinasyon bir imajı devamlı olarak işler, onu türlü şekillere sokar. Halbuki imajı soyutlayarak onu sabit, hareketsiz, aynı şekilde tutabiliriz. İmajı bozacak hiçbir tesir ona ulaşmamaktadır.

2) In order to hunt the subconscious, it is necessary to increase the intensity of these images.

2) Şuuraltını avlamak için bu imajların şiddetini arttırmak gerekir.

3) It is necessary to direct the image by creating the appropriate association. The structure of this association (idea or image) generates currents that draw it

3) Uygun olan çağrışımı yaratarak imajı yönlendirmek gereklidir. Bu çağrışımın (fikir ya da imaj) yapısı imajın ilk istikametine bağlı olan yeni bir

into consciousness and bring it into a new realm connected to the initial direction of the image. As a result, possible modes of orientation and types of perception emerge, and new abilities are developed. What happens is like entering a world closed by a door with various locks, which can only be opened with a single key, depending on the degree of deviation and rotation.

saha içine, şuura çekip getiren akımlara sebep olur. Sonuç olarak, mümkün olan istikamet tarzları ve idrak çeşitleri ortaya çıkar, yeni yetenekler oluşur. Olup biten şeyler sanki sapma ve dönme derecesine göre yalnız bir tek anahtarla açılabilen, çeşitli kilitleri olan bir kapıyla kapatılmış bir dünyaya giriştir.

The door is the brain (the medium's brain), loaded with personal ideas. The key is an image appropriately manipulated by concrete (objective) words. The principle is quite simple and almost infallible. The mind is generally in a state of confusion and disarray inherent in the workings of our intellect. Enjoying the play of active and passive imagination leaves us bewildered. The chaos of our ideas does not leave vibrations whose nature is not understood. And subtle vibrations randomly penetrate our field of consciousness. Our brain is like a crammed warehouse. A

Kapı, şahsî fikirlerle yüklü beyindir (medyomun beynidir). Anahtar somut (objektif eşya) kelimelerle uygun bir tarzda yönetilen bir imajdır. Prensip gayet basittir ve hemen hemen hiç yanılmaz. Akıl, genellikle, zekâmızın çalışışında mevcut bulunan bir karışıklık ve dağınıklık içindedir. Aktif imajinasyon ile pasif imajinasyon oyunundan zevk duymak bizi şaşkın hâle getirir. Fikirlerimizin keşmekeşliği, niteliği anlaşılmamış olan titreşimleri terk etmez. Ve ince titreşimler rastgele şuur sahamıza nüfuz eder. Beynimiz tıka basa dolu bir ambar gibidir. Öyle bir

warehouse whose chimney is clogged with objects. It is impossible to see outside. The whole point is to organize this confusion, to open the way for light to enter, and to draw others aside to help those who will emerge.

ambar ki baca deliği eşyalarla tıkanmıştır. Dışarıyı görmek ne mümkün. Bütün mesele bu karışıklığı düzenlemek, ışığın gireceği baca yolunu açmak ve buradan çıkacak olanlara yardım maksadıyla diğerlerini kenara çekmektir.

EXERCISE VEHICLES

TATBİKAT ARAÇLARI

Let's take a middle-class cultured person, male or female, as our subject. These will then be eliminated, leaving only the best. The more crude the subject (in terms of sensitivity), the more difficult development will be. Those with a moderate level of imaginative ability are also sufficient for success. As long as they are not completely absorbed in worldly matters, not consumed by the trivialities of life, and not attached to their own interests...

Orta seviyeden kültürlü kadın veya erkek bir kimseyi süje olarak alalım. Bunlar sonra tasfiye olacaklar ve neticede en iyileri kalacaktır. Süje ne kadar kaba ise (hassasiyet bakımından) gelişme o derecede güç olacaktır. Başarıya ulaşmak için imajinasyon kabiliyeti orta derecede olanlar da yeterlidir. Yeter ki, kendini tamamıyla dünya işlerine vermemiş, hayatın küçük taraflarıyla dolmamış, şahsî çıkarlarına bağlanmamış olsun...

It's also essential that the subject is free from illness, severe excitement, and shock. In other words, various spiritual shocks can be gradually shifted from the conscious to the subconscious, achieving apparent comfort and balance. However, because subconscious activity is revealed in these exercises, shock-related excitement, blockages, and morbid states may recur. First, the subject must achieve a state of tranquility. To achieve this, the experiment begins with a dimly lit room and an assistant. The assistant should sit quietly and mentally passive in a corner of the room. The subject should sit comfortably, and light should not fall into their eyes (the eyes can be comfortably blindfolded or the light can be blocked with a curtain or screen).

Şüphesiz ayrıca süjenin hasta ve şiddetli heyecanlara uğramamış olması, şoklar geçirmemiş olması gereklidir. Yani muhtelif manevî şoklar zamanla şuur sahasından şuuraltına kaydırılarak, görünür bir rahatlık ve denge sağlanabilir. Fakat bu çalışmalarda şuuraltı faaliyet açığa çıktığı için şokla ilgili heyecanlar, tıkanıklıklar, marazî hâller nüksedebilir. Önce süjede sükûnet hâli doğması gereklidir. Bunun için loş bir oda ve bir yardımcı ile tecrübeye girişilir. Yardımcı, odanın bir köşesinde sükûnet hâlinde zihnen pasif durumda oturmalıdır. Süje rahatça oturmalı, ışık gözlerine düşmemeli (gözler rahat şekilde bağlanabilir ya da ışığa bir perde veya paravana ile engel olunur).

The subject is assisted by contrasting images to dispel their current mental preoccupations. (That is, images are presented that will lead to mental tranquility. For example, a tranquil seascape, a desolate

O andaki zihinsel meşguliyetlerini bertaraf etmek için süjeye zıt imajlar vasıtasıyla yardım edilir. (Yani zihnî sükûnete götürecek imajlar verilir. Meselâ, sakin bir deniz manzarası, ıssız bir çöl

desert landscape, a blue sky, a calming countryside, etc.) These images are sufficient to disperse the subject's mind's cluttered images and daily worries. The subject is then asked to detach from all thoughts and seek only the possibility of the highest spiritual elevation during the session. (That is, the subject's need for spiritual refinement, sensitivity, and a sense of retreat into spiritual realms is elicited. A few wise sentences, prayers, etc., can be used.) After tranquility is achieved, a word suitable for evoking a clear and concrete image is spoken: vase, glass, egg, spoon, orange, etc. (The spoken word should be simple and easy to visualize without distracting the mind.) The subject is asked to describe (make visible) and explain the emotions they will see and feel after hearing the word. Three situations can arise:

manzarası, mavi bir gökyüzü, sükûnet verici bir kır manzarası vs.) Bu imajlar süjenin zihnindeki karışık imajları, günlük endişeleri dağıtmaya yeter. Sonra bütün düşüncelerden ayrılması ve celse içinde sadece en yüksek ruhî bir yükseliş imkânı araması rica edilir. (Yani süjede manevî bir incelik, hassasiyet, manevî alemlere doğru bir çekilme duygusu ihtiyacı ortaya çıkartılır. Hikmetli birkaç cümle, dua vs. kullanılabilir.) Sükûnet elde edildikten sonra açık seçik ve somut bir imaj uyandırmaya elverişli bir kelime söylenir: vazo, bardak yumurta, kaşık, portakal gibi... (Söylenen kelime mümkün olduğu kadar çok kolaylıkla ve zihni dağıtmadan göz önüne getirilebilmelidir, basit olmalıdır.) Süjeden, kelime işittikten sonra göreceği ve hissedeceği duyguları anlatması (görünür hâle getirmesi), açıklaması istenir. Üç durum ortaya çıkabilir:

1. No impression is produced.

1. Hiçbir izlenim meydana çıkmaz.

2. An unknown memory may emerge. 3. An unknown image may emerge.

2. Ne olduğu anlaşılmayan bir hatıra ortaya çıkabilir. 3. Bilinmeyen bir imaj ortaya çıkar.

The absence of an impression clearly indicates that the subject has not been able to rid himself of his anxieties or is preoccupied with an unconscious mind. The spoken word is, in effect, a wave of vibrations that sets off vibrations in the subconscious. If the subconscious mind remains neutral, almost nothing happens. This is because it has not been penetrated. The subject is walled off. The word bounces back like a ball hitting an obstacle. In such a situation, the preoccupation is relieved by uttering a series of different words (which are intended to eliminate the preconceived notions) or, if that is not sufficient, by evoking the memory of a familiar object (event).

İzlenim yokluğu, açıkça süjenin endişelerinden kurtulamadığını veya şuurdışı bir meşguliyeti bulunduğunu gösterir. Söylenen kelime, gerçekte, şuuraltında titreşimler ortaya çıkaran bir titreşim dalgasıdır. Eğer şuuraltı nötr hâlde kalmışsa hemen hemen hiçbir şey meydana gelmez. Çünki şuuraltına nüfuz edilememiştir. Süje duvarla kapalıdır. Ve kelime bir engele çarpan top gibi geri dönmüştür. Böyle bir durumda, birbirinden farklı bir dizi kelime söyleyerek (ki bu, süjeyi içine alan ön düşünceleri ortadan kaldırmak içindir), eğer bu yeterli değilse, alışılmış bir eşyanın (olayın) hatırasını hatırlatarak o meşguliyetten kurtarılır.

The semi-remembering state is evoked by reminding the subject

Alışılmış bir eşya veya olayın hatırlatılmasıyla yarı hatırlama

of a familiar object or event. Thus, the second state is reached. If this method is insufficient, creative imagination is utilized, which draws and compels the subject to create a representative situation, such as a small scene or landscape. As mentioned at the beginning, the subject must have a somewhat imaginative character. In other words, it should be possible to suggest scenes that will facilitate the experience, such as "I see you in such and such a place." The result is immediate. The preoccupation is thus overcome, and the emergence of internal images is possible.

hâli uyandırılır. Böylece ikinci hâle geçirilir. Eğer bu usul yeterli olmazsa süjeyi küçük bir sahne veya manzara gibi temsilî bir hâli düzenlemeye çeken, onu zorlayan yaratıcı imajinasyondan istifade edilir. Başta da söylediğimiz gibi süje biraz imajinatif karakterde olmalıdır. Yani süjede tecrübeyi kolaylaştıracak sahneleri telkinle tahayyül ettirmek mümkün olmalıdır, meselâ ‘Ben sizi falan yerde görüyorum’ gibi... Sonuç gözükmekte gecikmez. Ön meşguliyet böylece mağlûp edilmiş ve iç imajların meydana çıkması mümkün olmuştur.

Translated by: Master Ergün Arıkdal

Çeviren: Üstad Ergün Arıkdal

INTEGRATING PSYCHIC ABILITY AND SPIRITUALITY David FONTANA

PSİŞİK YETENEK ve RUHSALLIĞI BÜTÜNLEŞTİRMEK David FONTANA

Professor David Fontana, a doctor of philosophy, is a psychologist with extensive practical experience in Eastern and Western spiritual traditions, along with a continuing and active interest in psychical research. He is a former president of the Society for Psychical Research. He is also the author of numerous books in these broad fields, some of which are considered classics. This article is based on a lecture he gave on March 23, 1999.

Felsefe doktorası olan Prof. David Fontana, psişik araştırmaya yönelik sürekli aktif ilgisiyle birlikte, doğu ve batının ruhsal geleneklerinde geniş uygulamalı deneyime sahip bir psikologtur. (Society for Pscyhical Research'ün eski başkanıdır.) Bu geniş sahalarda, bazıları klâsik olarak kabul edilen birçok kitabın da yazarıdır. Bu makale, 23 Mart 1999'da verdiği bir konferansa dayanarak hazırlanmıştır.

SPIRITUALITY AND PSYCHIC ABILITIES

RUHSALLIK ve PSİŞİK YETENEKLER

Although spiritual development can bring with it psychic gifts, spirituality and psychic abilities are not the same. In Eastern spiritual traditions such as Buddhism and Hinduism, it is said that as spiritual capacities deepen, the mind begins to transcend certain material limitations and becomes capable

RUHSAL gelişim kendisiyle birlikte psişik ihsanları getirebilmesine rağmen, ruhsallık ve psişik yetenekler aynı şey değillerdir. Budizm ve Hinduizm gibi doğulu ruhsal geleneklerde ruhsal kapasiteler derinleştiğinde zihnin bazı maddesel sınırlamaları aşmaya başladığı ve diğerlerinin zihinleriyle telepatik

of telepathic communication with the minds of others, thus manifesting abilities such as clairvoyance and psychokinesis (collectively called siddhis). However, these traditions caution us that siddhis are merely minor manifestations of spiritual growth and should never be used for personal gain or viewed as an end in themselves; doing so strengthens the ego and diverts one from the path of true spiritual progress.

iletişim içine girebilir hâle geldiği ve böylece durugörü ve psikokinezi gibi (topluca siddhiler denilen) yetenekler tezahür ettirdiği söylenmektedir. Bununla birlikte bu gelenekler, siddhilerin sadece ruhsal büyümenin bir çeşit önemsiz belirtileri oldukları ve asla kişisel çıkar sağlamak için kullanılmamaları ve kendi içlerinde bir son olarak görülmemeleri gerektiği konusunda bizleri uyarmaktadırlar, aksini yapmak benliği güçlendirir ve kişiyi gerçek ruhsal ilerleme yolundan saptırır.

One should avoid emotions that inflate the self, even when used in service to others. Siddhis are gifts entrusted to us, not our personal wealth.

İnsan, başkalarına hizmet ederken kullandığında bile, benliği şişiren duygulardan kaçınmalıdır. Siddhiler bize emanet edilmiş hediyelerdir, kişisel servetimiz değillerdir.

In Autobiography of a Yogi (a summary of this book is published by RM Publications as Miracles), the renowned guru Paramhansa Yogananda provides numerous examples of his own

Bir Yoginin Otobiyografisi'nde (Bu kitabın özeti Mucizeler adıyla RM Yayınları arasında yer almaktadır), meşhur guru Paramhansa Yogananda kendi kişisel siddhi deneyimlerinin

personal siddhi experiences, and in another of his books, Man's Eternal Quest, he offers insight into the depth of the spiritual disciplines that accompany their development. However, one of the most entertaining examples of siddhis occurred in the life of Neem Baba, another revered teacher with whom Ram Dass spent several years. Holy men were once allowed to travel free on trains in India, but for various reasons, this privilege was discontinued. Neem Baba was one of the first victims of this new policy, and when it was discovered that he had no ticket, he was conveniently escorted off the train at Karolli station. The conductor blew his whistle, ignoring the protests of the other passengers, and the driver attempted to start the train; but to no avail, trying again and again, nothing happened. Meanwhile, Neem Baba stood smiling on the platform. Finally, they began to beg him to come back on the train. He listened politely to their pleas, climbed aboard, and as you might expect, the engine behaved as an engine should, and the train left the station.

sayısız örneklerini verir ve kitaplarından bir diğerinde, Man’s Eternal Quest’de (İnsanın Ebedi Arayışı), onların gelişimine eşlik eden ruhsal disiplinlerin derinliğine yönelik bir anlayış sunar. Bununla birlikte siddhilerin en eğlendirici örneklerinden biri, Ram Dass’ın kendisiyle birkaç yıl geçirdiği bir diğer saygın öğretmen Neem Baba’nın hayatında görülmüştür. Bir zamanlar Hindistan’daki trenlerde kutsal adamların parasız yolculuk yapmalarına izin veriliyordu ama bazı sebeplerden dolayı bu ayrıcalığa son verme kararı alındı. Neem Baba yeni politikanın ilk kurbanlarından biriydi ve biletsiz olduğu keşfedildiğinde, Karolli istasyonunda uygun bir şekilde trenden indirilmişti. Biletçi diğer yolcuların protestolarına aldırmadan düdüğünü çaldı ve sürücü treni çalıştırmak istedi; ama nafile, tekrar tekrar denedi ama hiçbir şey olmadı. Bu sırada Neem Baba plâtformun üzerinde gülümseyerek bekliyordu. Sonunda, trene geri gelmesi için yalvarmaya başladılar. O, yalvarışları nazikçe dinledi, trene tırmandı tahmin edeceğiniz gibi motor, bir motorun davranması gerektiği gibi davrandı ve tren istasyondan ayrıldı.

Coincidence? A trick on the part of the driver? Those who experienced the many other examples of siddhis said to surround the holy men and women of India never doubted that this was the work of Neem Baba, and from then on he was always known as Neem Karolli Baba.

Tesadüf mü? Sürücünün bir numarası mı? Hindistan'ın kutsal adamlarını ve kadınlarını çevrelediği söylenen siddhilerin diğer birçok örneklerini deneyimleyenler, bunun Neem Baba'nın işi olduğundan hiç şüphe etmediler ve o zamandan sonra da o hep Neem Karolli Baba diye bilindi.

PSYCHIC ABILITIES AND SPIRITUALITY

PSİŞİK YETENEKLER ve RUHSALLIK

There is no evidence that the process works strongly in the opposite direction, that is, that the development of psychic abilities leads to spiritual advancement. This may be the case in some cases, but it does not constitute the rule. Some of the most famous psychics of the past engaged in definitively unspiritual tricks. Eusapia Palladino was by all accounts a

Sürecin zıt istikamette güçlüce çalıştığı, yani psişik yeteneklerin gelişiminin ruhsal ilerlemeye götürdüğü yönünde hiç delil yoktur. Bazı vakalarda böyle olabilir ama bu kuraldır anlamına gelmez. Geçmişin bazı en ünlü psişikleri, kesinlikle ruhsal olmayan numaralara kalkışmışlardır. Eusapia Palladino her bakımdan çok güçlü bir fizik medyomdu ve

very powerful physical medium and one of the most widely studied psychics in history; yet, while many of her phenomena are genuine, there is almost unanimous agreement that others are clearly fraudulent. She advised the audience at those sessions, "Follow me, or I will cheat," and blamed her guide, John King, for his shortcomings.

tarihte en geniş olarak incelenen psişiklerden biriydi; yine de onun fenomenlerinin çoğu gerçek olmasına rağmen, diğerlerinin açıkça hileli olduğu yönünde neredeyse oybirliği vardır. O celselerdeki haziruna “Beni izleyin, yoksa hile yaparım.” diye öğüt vermiş, kusurlarından dolayı rehberi John King’i suçlamıştır.

While some guides' personalities did indeed exhibit a certain degree of undesirable traits (John King claimed to be a notorious pirate during his lifetime), Hereward Carrington, a longtime collaborator with Palladino, believed that his tricks were driven by his own ego. "We begged him not to do it," Carrington wrote in Eusapia Palladino and Her Phenomena, but if a meeting didn't produce results within an hour or so, the medium resorted to trickery, "of a generally crude and obvious kind."

Bazı rehberlerin karakterleri gerçekten belirli oranda istenmeyen özellikler taşısa da (John King hayattayken adı çıkmış bir korsan olduğunu iddia etmekteydi), Palladino ile uzun süre çalışan Hereward Carrington, onun yaptığı hilelerin kendi egosuna bağlı olduğu görüşündedir. Carrington, Eusapia Palladino and Her Phenomena (Eusapia Palladino ve Fenomenleri) adlı eserinde “Ona bunu yapmaması için yalvardık.” diye yazmıştır, ama bir toplantıda, bir saat veya hemen sonrasında bir sonuç üretilmediyse, medyom “genellikle kaba ve açık türden” hile yapmaya başvurmuştu.

Of course, physical mediums may have been pressured into doing so by their guides while in trance, as Palladino claimed when they were caught cheating at meetings, but if so, this casts doubt not only on the honesty of their guides but also on the guides' concern for their own mediums' reputations.

Elbette ki, fizik medyomlar toplantılarda hile yaparken yakalandıklarında Palladino'nun iddia ettiği gibi, transtayken rehberleri tarafından böyle yapmaya itilmiş olabilirler, ama eğer öyleyse bu sadece onların rehberlerinin dürüstlüğüne değil, rehberlerin kendi medyomlarının ünleriyle ilgili kaygılarına da gölge düşürür.

In any case, it would be hard to blame the guides for the behavior of Agnes Guppy, another reportedly powerful psychic, who in this case succumbed to the sin of jealousy. When confronted with the success of her younger, more attractive psychic friend Florence Cook (Cook was actually researched and pronounced by Sir William Crookes), Agnes Guppy thought the solution was for her two accomplices to throw acid in Cook's face. Fortunately, the accomplices denied this, but the story destroyed Ms. Guppy's reputation.

Her halükârda, rapor edilen bir diğer güçlü fizik medyom olan, ama bu vakada kıskançlık günahına yenik düşen Agnes Guppy'nin davranışı için rehberleri suçlamak çok zor olurdu. Daha genç ve daha çekici arkadaş medyom Florence Cook'un başarısıyla yüzleştiğinde (Cook, Sir William Crookes tarafından gerçekten araştırılmış ve ismi telâffuz edilmiştir), Agnes Guppy çözümün, iki suç ortağının Cook'un yüzüne asit fırlatmaları olduğunu düşünmüştür. Neyse ki suç ortakları bunu reddetmişlerdir ama bu hikâye Bayan Guppy'nin şöhretini yerle bir etmişti.

THE CONNECTION BETWEEN SPIRITUAL AND PSYCHIC ABILITIES

RUHSAL ve PSİŞİK YETENEKLER ARASINDAKİ BAĞLANTI

However, the fact that psychic abilities fail to lead to spiritual development, yet the process can work in the opposite direction,

Bununla birlikte, psişik yeteneklerin ruhsal gelişime sevk etmedeki başarısızlığına rağmen, sürecin bunun aksine

suggests there must be a connection between the two. How can we begin to explore this connection? Above the altar of Apollo at the Temple of Delphi in Greece—one of the most magical places in the world—is the admonition, "Know Thyself." The Apollo altar was the home of Python, a priestess believed to communicate with the deities—we would probably call her a trance medium.

çalışabildiği gerçeği, bu ikisi arasında bir bağlantı olması gerektiğini gösterir. Bu bağlantıyı keşfetmeye nasıl başlayabiliriz? Yunanistan'da Delf tapınağının Apollo sunağının üzerinde -dünyadaki en büyülü yerlerden biridir-, "Kendini Bil" öğüdü vardır. Apollo sunağı; Piton'un, yani ilâhlarla iletişim kurduğuna inanılan bir rahibenin -biz ona muhtemelen bir trans medyomu diyecektik- eviydi.

When asked who the wisest man in Athens was, he replied, "Socrates is the only man wise enough to know that he knows nothing." So, our starting point for this exploration is to acknowledge, with Socrates, how little we know not only about the external world but also about our own minds. This leads us to ask existential questions like, "What is the structure of my own mind?", "What am I?", and "Who am I?" Some—Darwinists, for example—will answer these questions by saying that we are biological accidents created by chance, living in a chaotic

Kendisine Atina'daki en bilge adamın kim olduğu sorulduğunda, "Hiçbir şey bilmediğini bilecek kadar bilge olan tek adam Sokrat'tır." diye cevap vermiştir. Yani bizim bu keşfe başlama noktamız; Sokrat ile birlikte, sadece dışsal dünya değil ama kendi zihnimiz hakkında da ne kadar az bildiğimizi kabul etmektir. Bu bizi, "Kendi zihnimin yapısı nedir?", "Ben neyim?", "Ben kimim?" gibi varlıksal soruları sormaya götürür. Bazıları -örneğin Darwinciler- bu soruları, bizim şans eseri yaratılan biyolojik tesadüfler

universe devoid of meaning and purpose. Others will accept that accepting this answer means living meaninglessly and dying without hope. They will continue to remind us that, despite all the power and discoveries of modern science, it cannot say much about the mind and cannot categorically declare with certainty that there is no soul or God—no Higher Consciousness, or whatever term you prefer. Modern science cannot categorically state that there are no psychic gifts, and therefore even the most materialistic scientists cannot go beyond agnosticism—an acceptance of uncertainty—on such matters.

olduğumuzu, anlamı ve amacı olmayan başıboş bir evrende yaşadığımızı söyleyerek cevaplayacaklardır. Diğerleri bu cevabı kabul etmenin, anlamsızca yaşamak ve ümitsizce ölmek demek olduğunu kabul edecektir. Onlar bize, modern bilimin bütün gücüne ve bütün keşiflerine rağmen zihin hakkında fazla bir şey söyleyemeyeceğini ve ruh veya Tanrı'nın hiç olmadığını - Yüksek Şuur veya hangi terimi kullanmayı tercih ederseniz- kategorik olarak kesinlikle ifade edemeyeceğini hatırlatmaya devam edeceklerdir. Modern bilim psişik ihsanların olmadığını kategorik olarak ifade edemez ve bundan dolayı en materyalist bilim adamları bile böyle meselelerde agnostisizmin -belirsizliğin bir kabulünün- ötesine geçemezler.

Those who examine the evidence realize that there is ample support for the existence of a spiritual dimension in human life and for the existence of psychic abilities. However, deeper questions concerning the nature

Delilleri inceleyenler, insan yaşamında bir ruhsal boyutun mevcudiyetini ve psişik yeteneklerin mevcudiyetini desteklemek için çok miktarda şeyin mevcut olduğunun farkına varırlar. Bununla birlikte, bu

and meaning of this dimension and these abilities lie, in a sense, beyond the domain of the physical sciences. Science, for all its undoubted powers, has what we call a limited sphere of relevance. Beyond this sphere are questions it cannot address—not only questions about the fundamental meaning of existence and the nature of the self, but also questions about human qualities such as altruism and the sublime creative capacities manifested by the likes of a Bach or a Mozart or a Michael Angelo.

boyutun ve bu yeteneklerin yapısına ve anlamına ilişkin daha derin sorular, bir anlamda fiziksel bilimlerin nüfuz sahasının ötesinde yatar. Bilim, bütün şüphe edilmez güçlerine rağmen, bizim sınırlı bir uygunluk alanı dediğimiz şeye sahiptir. Bu alanın ötesinde, onun hitap edemediği sorular vardır; sadece varoluşun temel anlamı ve benliğin tabiatıyla ilgili sorular değil, ama diğerkâmlık gibi insan vasıfları ve bir Bach veya Mozart veya bir Michael Angelo gibiler tarafından tezahür ettirilen yüce yaratıcı yeteneklerle ilgili sorular.

Such questions are essentially spiritual questions, and they are answered not by the method of science, by looking outward at the material world, but by the method of the saint and mystic, by looking within a person.

Böyle sorular aslında ruhsal sorulardır ve onlar bilimin usulüyle dışarıya, maddesel dünyaya bakarak değil, ama aziz ve mistiğin usulüyle bir kişinin içine bakarak cevaplanırlar.

Zen Buddhism teaches one way to do this through the use of a koan. A koan is a question to which there is no logical answer. It often asks us something so

Zen Budizmi bunu yapmanın bir yolunu, koan kullanımı sayesinde öğretir. Koan hiçbir mantıklı cevabın olmadığı bir sorudur. O bize sık sık o kadar paradoksal

paradoxical that our initial reaction is to dismiss it as ridiculous. One of the best-known examples is: “What is the sound of clapping with one hand?” It is, indeed, a paradox. By definition, clapping involves two hands. But your Zen Buddhist teacher will tell you to simply sit and meditate on the question without judgment or expectation. As one teacher taught me, “Don’t ask yourself the answer; just ask the koan.” When you meditate on a koan, thoughts like “The answer should be silence” will naturally arise, but each time you give your teacher the answer, he or she will nod and tell you to go and continue your meditation. One of the purposes of a koan is to bring you to a point where the rational mind, the mind we use most of our lives, can go no further. The “hands” and the “clapping” belong to the material world. The material world is understood by us as composed of distinct objects and concepts, all of which derive their meaning from separateness. The left hand is distinct from—its opposite—the right hand; the sound of applause is distinct from—its opposite—silence. Therefore, logically, we cannot applaud with one hand.

bir şey sorar ki, bizim ilk tepkimiz onu gülünç bularak bertaraf etmek olur. En iyi bilinen örneklerinden biri şudur: “Bir elle alkışlamanın sesi nedir?” Gerçekten de bir paradoks. Tanımlamada, alkışlama iki eli içerir. Ama Zen Budist öğretmeniniz size, yargılamadan ve ummadan sadece oturmanızı ve soru üzerine meditasyon yapmanızı söyleyecektir. Bir öğretmenin bana öğrettiği gibi, “Kendine cevabı sorma, sadece koanı sor.” Koan üzerine meditasyon yaptığınızda, “cevap, sessizlik olmalı” gibi düşünceler kendiliğinden yükselmeye başlar, ama cevabı öğretmeninize verdiğiniz her seferinde o başını sallar ve size gitmenizi ve meditasyonunuza devam etmenizi söyler. Koanın amaçlarından biri sizi, mantıklı zihnin, hayatımızda çoğu zaman kullandığımız zihnin, daha fazla gidemeyeceği bir noktaya getirmektir. “Eller” ve “alkışlama” maddesel dünyaya aittir. Maddesel dünya bizim tarafımızdan, hepsinin anlamlarını ayrılıktan aldıkları ayrı nesneler ve kavramlardan meydana gelmiş biçimde anlaşılır. Sol el, sağ elden ayrıdır -onun karşıtı-; alkış sesi,

sessizlikten ayrıdır -onun karşıtıdır-. Bundan dolayı, mantıksal olarak tek elle alkışlayamayız.

But the koan breaks free from these opposites. If one continues to work with it, the awareness that the sense of separateness is an illusion comes from the moment. Nothing, be it an object or a concept, can exist in isolation from all other things. Everything, both animate and inanimate, is actually a manifestation of an underlying unity, a unity that is the essence of all existence. And in this moment of awareness, the koan is said to resolve itself; it leads you to a deeper level of understanding. And as the koan resolves itself, it also resolves—at least in part—the question of "Who am I?"—which is, of course, the ultimate koan—and one of those questions, "How can I know Him?" "How can I see my own face?" "How can I be both the question and the answer?"—questions every bit as paradoxical as clapping one hand together.

Ama koan bu karşıtlıklarla düşünmeyi keser. Eğer kişi onunla çalışmaya devam ederse, orada ayrılık hissiyatının bir yanılgı olduğunun farkındalığı an"den gelir. Hiçbir şey, ister bir nesne veya bir kavram olsun, diğer bütün şeylerden izole edilmiş olarak var olamaz. Her şey, hem canlı hem cansız, aslında temelde yatan bir birliğin, bütün varoluşun esası olan bir birliğin tezahürüdür. Ve farkındalığın bu anında, koanın kendini çözdüğü söylenir, bu, onun sizi daha derin bir anlayış seviyesine götürmesidir. Ve koan kendisini çözerken, aynı zamanda -en azından kısmen- elbette ki niha" koan olan "Ben kimim?" sorusunu ve "Onu nasıl bilebilirim?" "Kendi yüzümü nasıl görebilirim?" "Ben hem soru hem de cevap nasıl olabilirim?" gibi her noktası bir elle alkışlamak kadar paradoksal olan sorulardan birini de çözer.

Of course, when put into words like this, it risks becoming merely an intellectual exercise,

Elbette ki, bu şekilde kelimelere döküldüğünde, onun sadece bir entelektüel egzersiz hâline

and if you offer only intellectual answers, a good Zen teacher will send you back twice as fast to what you're meditating on. The teacher will want to see you truly experience this oneness. When you do, your answer will become apparent within the person you've become, rather than in some predetermined formula. But you might be wondering, "What does this have to do with the connection between spirituality and psychic abilities?" It's entirely relevant. If each of us is an expression of an underlying oneness rather than locked within our own being, then the idea of connecting with this oneness (through the experience of spiritual growth) or with the minds of others (through psychic abilities) begins to make sense. Not only that, but the idea becomes a lived possibility. Our minds, and the minds of our fellow beings, are recognized for what they are: manifestations of a single consciousness, and hence the barriers between ourselves and others that impede psychic experiences disappear. Therefore, spiritual beliefs are a powerful force in our deeper relationship with both the external world and our own existence.

dönüşmesi riski ortaya çıkar ve eğer sadece entelektüel cevaplar sunduysanız iyi bir Zen öğretmeni meditasyon yaptığınız şeye iki kat hızlı geri gönderecektir. Öğretmen, sizin bu birliği gerçekten deneyimlediğinizi görmek isteyecektir. Bunu yaptığınızda, cevabınız herhangi bir önceden belirlenmiş formül yerine sizin dönüşmüş olduğunuz kişi içinde görünür olacaktır. Ama “Bunun, ruhsallık ve psişik yetenekler arasındaki bağlantıyla ne ilgisi var?” diye düşünebilirsiniz. Her bakımdan ilgili. Eğer her birimiz kendi mevcudiyetimiz içinde kilitlenmiş olmaktan daha çok temelde yatan bir birliğin ifadeleriysek, o zaman bu birlikle (ruhsal gelişim deneyimi yoluyla) temasa geçmek veya diğerlerinin zihinleriyle (psişik yetenekler yoluyla) temasa geçmek fikri bir çeşit anlam kazanmaya başlar. Sadece bu da değil, bu fikir yaşanmış bir imkân hâline gelir. Zihinlerimiz ve arkadaşımız olan diğer varlıkların zihinleri; oldukları gibi, yani tek şuurun görünümleri olarak tanınırlar ve bundan dolayı psişik deneyimlere engel olan kendimiz ve diğerleri arasındaki bariyerler kaybolur. Bundan dolayı ruhsal inançlar,

hem bizim dışsal dünyayla hem de kendi varlığımızla daha derinden ilşikimizde etkileyici bir aksiyondur.

UNITY OF ALL THINGS

HER ŞEYİN BİRLİĞİ

Another consequence of realizing the oneness of all things —not just the interdependence of all things, but true oneness—is that we begin to live better lives, not simply because of the hope of reward after death, but because it is the natural way. If all things are part of the same oneness, then harming others or the environment is harming oneself.

Her şeyin birliğinin (sadece her şeyin karşılıklı bağımlılığı değil, ama gerçek birliğin) farkına varmanın diğer sonucu, bizim sadece ölümden sonra ödüllendirilme ümidinden dolayı değil, bu doğal yol olduğu için daha iyi bir hayat yaşamaya başlamamızdır. Eğer her şey aynı birliğin parçasıysa, o zaman diğerlerine veya çevreye zarar vermek, kendine zarar vermektir.

Eastern religions such as Buddhism and Jainism embrace an ideal called ahimsa, or nonviolence. Ahimsa not only helps us avoid causing unnecessary harm to others, but

Budizm ve Jainizm gibi Doğu dinleri ahimsa, yani şiddetsizlik denilen bir ideale sahiptirler. Ahimsa kişiyi sadece diğerlerine gereksiz zarar vermekten sakındırmaz, aynı zamanda bize

also helps us purify our own being. Even killing a fly, rather than catching and throwing it away, has a coarsening effect on us. Throwing a fly away is truly a perfect act. We are not perfect human beings, but we can do perfect things. Throwing out a small, harmless creature, rather than thoughtlessly depriving it of life, is an act of Jesus or Buddha. That's precisely what they would have done in our place. Therefore, ahimsa teaches us that in human activities we express a sense of unity, or as Buddhism calls it, our Buddha nature.

kendi varlığımızı saflaştırmada yardım eder. Bir sineği yakalamak ve dışarıya atmak yerine onu öldürmenin bile üzerimizde kabalaştırıcı bir etkisi vardır. Sineği dışarı atmak gerçekten mükemmel bir fiildir. Bizler mükemmel insan varlıkları değiliz ama mükemmel şeyler yapabiliriz. Düşüncesizce hayattan mahrum etmek yerine, küçük zararsız bir yaratığı dışarı koymak bir İsa veya bir Buda fiilidir. Yerimizde olsalar onların yapacağı şey, kesinlikle budur. Bundan dolayı ahimsa bize, insan faaliyetlerinde birlik hissiyatını ifade ettiğimizi veya Budizmde dendiği gibi Buda tabiatımızı ifade ettiğimizi öğretir.

THE IMPORTANCE OF FAITH

It has been said that belief—or faith—in a spiritual life is an important early step on the path; this is true, and the same appears to be true for psychic abilities. In parapsychological research, where sheep (those who believe in psychic phenomena)

İNANCIN ÖNEMİ

Ruhsal hayata inancın -veya imanın- yolda önemli bir erken adım olduğu söylenmiştir; doğrudur ve aynısının psişik yetenekler için de geçerli olduğu görünmektedir. Koyunların (psişik fenomenlere inananların) keçilerden (inanmayanlar) daha

outperform goats (those who do not), we learn from the well-known sheep/goat effect that simply being convinced that minds can communicate directly with each other is enough to unlock at least a small portion of a person's psychic potential. (The European Journal of Parapsychology, Volume 13, 1997, contains a number of interesting articles for those interested in learning more about the framework of the mind that appears to facilitate the expression of psychic abilities.)

yüksek başarı elde ettikleri parapsikolojik araştırmada, iyi bilinen koyun/keçi etkisi; zihinlerin birbirleriyle doğrudan iletişim kurabileceklerine ikna olmalarının, kişinin psişik potansiyelinin en azından küçük bir bölümünün kilidini açmaya yeterli olduğunu öğrenmektedir. (The European Journal of Parapsychology, Cilt 13, 1997 psişik yeteneklerin ifade edilişini kolaylaştırdığı görülen zihnin çatısı hakkında daha fazlasını bilmek isteyenler için bir dizi ilginç makale içermektedir.)